

Η vitD ΣΤΗΝ ΟΣΤΕΟΠΟΡΩΣΗ

ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΔΟΥ ΦΟΙΒΗ-ΑΝΤΙΓΟΝΗ
ΡΕΥΜΑΤΟΛΟΓΟΣ
ΛΕΙΒΑΔΙΑ

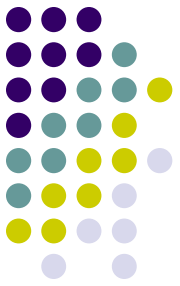
Σύγκρουση συμφερόντων Conflict of interest

Κανένα για αυτήν την παρουσίαση

Εκπαιδευτικές-ερευνητικές-συμβουλευτικές επιχορηγήσεις την τελευταία διετία:

Pfizer, Novartis, Abbvie

Η ΒΙΤΑΜΙΝΗ ΤΟΥ ΗΛΙΟΥ

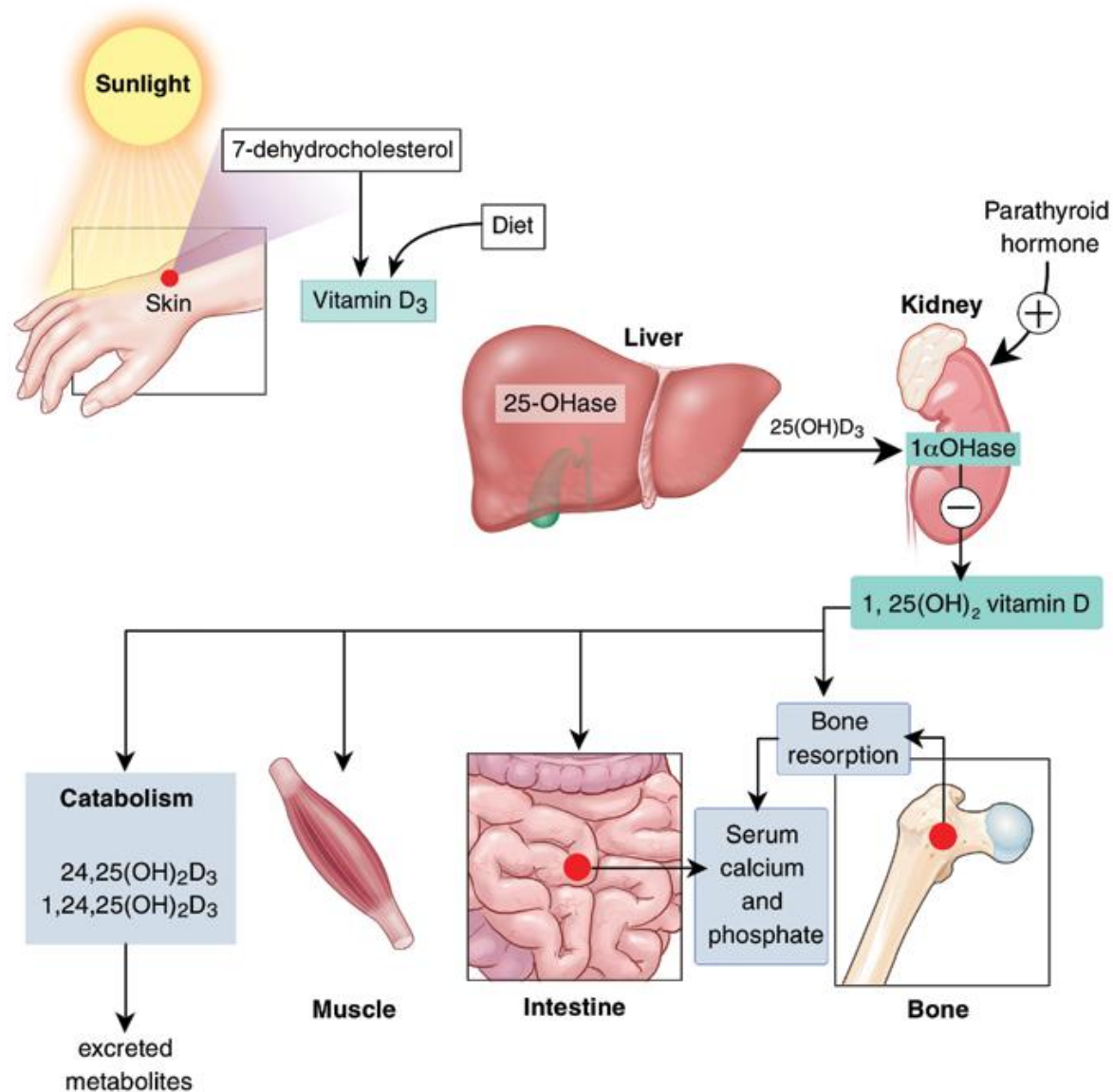
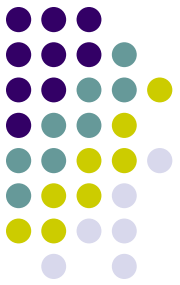


ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ

- ΖΩΙΚΗ vitD3
 - ΜΟΥΡΟΥΝΕΛΑΙΟ
 - ΛΙΠΑΡΑ ΨΑΡΙΑ όπως ΣΟΛΩΜΟΣ
- ΦΥΤΙΚΗ vitD2 (ergosterol)
 - ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ shiitake
- vitD3 «φυσική» μορφή
- vitD ανενεργή



Μεταβολισμός βιταμίνης D



ΡΟΛΟΣ ΣΤΗΝ ΟΣΤΕΟΠΟΡΩΣΗ

- Ανεπάρκεια vitD → μείωση απορρόφησης Ca από το έντερο
 - Χωρίς vitd 10-15% του Ca απορροφάται
 - Επάρκεια 30-40%
- Αύξηση PTH
- Οστεοπενία, οστεοπόρωση → ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ
- Ελαττωματική επιμετάλλωση
- Μυϊκή αδυναμία → πτώσεις → ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ

Γιατί 25(OH)D??

- 1,25(OH)D μικρός χρόνος ημίσειας ζωής
- Δεν σχετίζεται άμεσα με την λήψη VitD
- Επηρεάζεται από την PTH
- Σε έλλειψη 25(OH)D μπορεί να είναι φυσιολογική ή αυξημένη

1,25(OH)D

- Νεφρικές παθήσεις
- Υπερπαραθυρεοειδισμός
- Αντίσταση σε VitD

Conversions for Vitamin D3:

- **[sources] 40 IU = 1 μ g**
- **[serum] 2.5 nmol/L = 1 ng/mL**
- Τοξικότητα >150 ng/ml
- Επάρκεια >20 (50nmol/l)
- Ανεπάρκεια < 20ng/ml
- Ημερήσια δόση 800 – 1000 IU/d

Έλλειψη vitD

- μυϊκούς πόνους
- Μυϊκή αδυναμία
- Μείωση ταχύτητας εκτέλεσης
- Ατροφία μυικών ινών τύπου II

Ραχίτιδα

- Καθυστέρηση ανάπτυξης
- Σκελετικές αλλοιώσεις
- Άλγος και ευαισθησία
- Μυϊκή αδυναμία και κράμπες
- Κατάγματα
- Οδοντικές αλλοιώσεις

ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ

- Χοληκαλσιφερόλη: tb , or sol
- Συνδυασμοί με Ca: tb
- Εργοκαλσιφερόλη : or sol, Im
- Πολυβιταμινούχα σκευάσματα
- Αλφακαλσιδόλη: caps, or sol, iv/im
- Καλσιτριόλη: inj , caps

